第11回皆川公民館成人学級

運動講座

首・肩すっきり
「肩こり予防の健康体操」

11月27日(金) 10:00～11:30

講　師：健康運動指導士　大橋　光子 氏

会　場：皆川公民館 大研修室

定　員：20名（先着順）

参加料：無料

お申込：10/28(水)～11/24(火)
窓口またはお電話にて受付

持ち物：動きやすい服装と靴、飲み物、汗拭き
タオル





問合先：皆川公民館
TEL：0282-22-1812